



Aus Bologna

Lasagne Bolognese

Zutaten

für 4 Portionen

für die Bolognese

300 g Sojagranulat
500 ml Gemüsebrühe
1 Karotte
1 Zwiebel
2 Knoblauchzehen
3 EL Olivenöl
125 ml Rotwein
600 g gestückelte Tomaten
(aus der Dose)
5 EL Tomatenmark
Thymian
Salz
Pfeffer
Zucker

für die Béchamelsoße

75 g Butter
2 Zwiebeln
60 g Mehl
500 ml Gemüsebrühe
500 ml Milch
100 g Gouda (gerieben)
Muskat

außerdem

250 g Lasagneplatten
100 g Gouda (gerieben)

Zubereitung

Bolognese

Sojagranulat in der Gemüsebrühe etwa 20 Minuten quellen lassen, anschließend abgießen und ausdrücken. Karotte, Zwiebel und Knoblauch sehr fein würfeln. Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Karotte, Zwiebel und Knoblauch anbraten, bis es glasig ist. Das Sojagranulat dazugeben und etwas anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen, anschließend mit Rotwein ablöschen und verdampfen lassen. Die gestückelten Tomaten und das Tomatenmark in die Pfanne geben und etwa zehn Minuten köcheln lassen. Thymian unterrühren und die Soße mit Salz, Pfeffer und etwas Zucker abschmecken.

Béchamelsoße

Butter in einem Topf erhitzen und die gehackten Zwiebeln und das Mehl darin unter Rühren andünsten. Nach und nach Brühe und Milch in kleinen Portionen zugießen. Zwischendurch mit einem Schneebesen kräftig rühren, damit keine Klümpchen bleiben, die Soße aufkochen lassen. Den geriebenen Gouda dazugeben und in der Soße schmelzen lassen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.

Etwas Béchamelsoße auf den Boden einer Auflaufform streichen, eine Schicht Lasagneplatten darauf geben. Darauf eine Schicht Bolognese geben, mit Lasagneplatten bedecken. So weiter machen, bis die Zutaten verbraucht sind. Mit einer dicken Schicht Béchamelsoße abschließen, damit die Lasagneplatten Feuchtigkeit zum Garen haben. Den geriebenen Gouda über die Lasagne geben. Im vorgeheizten Backofen bei 150 Grad etwa 60 Minuten backen.

Brennwert pro Portion: 1.003 kcal, 4.197 kJ

Zubereitungszeit: 45 Minuten

Garzeit: 60 Minuten